

さん まる いち まる

3010 運動

さんまるいちまる

「3010運動」とは

食品ロス削減のため、宴会等において皆で食べる時間を設けましょうそれが3010運動です

① 乾杯後

30 分間は

席を立たず料理を楽しみましょう

② 終了前

10 分間は

自分の席に戻って、もう一度料理を楽しみましょう

おいしく食べて



残さない!

宴会 5 箇条

- ① まずは適量注文
- ② 幹事さんから「おいしく食べきろう」の声かけ
- ③ 開始後30分、終了前10分は席を立たずにしっかり食べる「食べきりタイム」
- ④ 食べきれない料理は、仲間で分け合おう
- ⑤ それでも、食べきれなかった料理は、お店の方に確認して持ち帰りましょう



食べ物を無駄にしない!

食品ロスの発生が多いとされる宴会等において、効果的に食品ロスを削減するため「3010運動」や「宴会5箇条」を推進します

さん まる いち まる

3010

市民1人あたりの食品ロス

■ 1日 約 134g ■

(茶碗約1杯分のご飯の量)

■ 年間 約 49kg ■

(年間1人当りの米の消費量)

「食品ロス」の削減に取り組みましょう!

「もったいない」食べ物を捨てない社会へ

残さず！おいしく！食べきって！

食品ロスの削減に 御協力お願いします



筑西市食品ロス削減推進計画実施中

「食品ロス」とは？

まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物を「食品ロス」といいます。

我が国の食品ロスの量は、600万トン（平成30年度）あり、1人1日当りに換算すると、お茶碗1杯のごはんと同じくらいの量になります。



食品ロスの削減について

2015年の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」において、食料の損失・廃棄を、2000年の量に比べて半減させていくことが目標とされました。

この目標を達成するためには、みなさまの協力が不可欠です。

【三角柱（裏面）の使い方】

◇下図のように組み立てて、テーブルに配置してください。

1 山折りにし、のりしろにノリをつける



2 三角柱にし、テーブルの上などに置く



完成！

◇幹事さんは、宴会の開始時に「本日は、食べ残しを減らすため、3010（さんまるいちまる）運動を実施したいと思います。乾杯後の30分と終了前の10分は、席で料理を楽しんでください。」と声をかけてください。



筑西市 市民環境部 環境課

